МЕНЮ

9 ноября 2026 г.

Сад (Карп-го, 21)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2011	43-2/3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ (макаронные изделия , масло сливочное , соль, сыр полутвердый)	130	6,4	5	27,9	184	0,1
2011	11/10	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай , сахар песок, вода , лимон)	200	0,1		9,2	36	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ (печенье песочное в/с)	15	1,1	2,8	9,8	69	0
Итого			**345**	**7,6**	**7,8**	**46,9**	**289**	**0,1**
II Завтрак								
2011		ВОДА ПИТЬЕВАЯ НА ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ (вода питьевая (5л), вода питьевая 1,5)	350					0
Итого			**350**					**0**
Обед								
2011	14/2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, зеленый горошек 425 гр. "скатерть самобранка", масло растительное, соль, вода , сметана)	250	1,9	6,5	10,4	109	0
2011	5/11	СОУС МОЛОЧНЫЙ С ОВОЩАМИ (ВАРИАНТ 2) (молоко , мука , масло сливочное , вода , морковь, лук репчатый, соль)	30	0,6	1,8	2	26	0
2011	14/7	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай , молоко , мука , масло сливочное , соль, яйца куриные)	110	15	4,3	3,3	113	0
2011	45/3	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа рис круглый 1 кг фас-ка , вода , соль, масло сливочное)	130	3,1	2,6	32,3	150	0
2011	6/10	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (компот сухофрукты , сахар песок, вода , шиповник сухой)	200	0,4	0,1	22,1	91	8,7
2011		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб «валетек 8»)	40	3	0,4	14,9	80	0
2011		ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб «дарницкий новый»)	45	3	0,5	15,1	79	0
Итого			**805**	**27**	**16,2**	**100,1**	**648**	**8,7**
Полдник								
2008	204	БИТОЧКИ МАННЫЕ С ЯБЛОКАМИ (крупа манная, сахар песок, масло сливочное , молоко , яйца куриные , соль, яблоки)	100	6,7	4,5	38,5	227	1,6
2004	233	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА (кисель (концентрат) , сахар песок, вода)	200			6,7	27	0
Итого			**300**	**6,7**	**4,5**	**45,2**	**254**	**1,6**
Всего				**41,3**	**28,5**	**192,2**	**1191**	**10,4**